

La Mélod'hier

DEMANDEZ LE PROGRAMME !

Du 9 juin → au 15 juin 2025



À LA UNE :

- **Jeux olympiques d'été**, médiation animale, sonothérapie ...
- Caviar d'aubergine, poulet basquaise, salade césar, fruits, glaces ...

www.melodhier.com

Maison Tbien

☎ 01 64 06 71 33

✉ direction@melodhier.com

📍 77170 Coubert

JEUDI 12



Déjeuner

- Saucisson à l'ail
- Sauté d'agneau au thym, duo de carottes et tagliatelles
- Glaces



Théâtre

- 14h - Soins des mains avec AS
- 15h - Spectacle Inox and Roll
- 15h30 - Atelier bricolage avec Cassandra



Jazz

- 114h - Soins des mains avec AS
- 15h - Spectacle salon théâtre



charmeraié

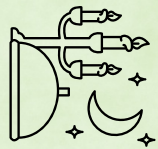
- 14h - Soins des mains avec AS
- 15h - Spectacle salon théâtre



Côûter

Cateau Maison

- Soupe
- Brandade de poissons et salade
- Yaourt aux fruits / fruits



Dîner

VENDREDI 13



Déjeuner

- Salade d'été colorée
- Moules marinière & frites
- Salade de fruits frais



Théâtre

- 14h30 - Et si nous chantions avec Laurence
- 15h30 - Le mot le plus long avec Laurence



Jazz

- 11h - Atelier de stimulation cognitive avec Caassandra
- 14h - Atelier lecture avec AS
- 15h30 - Atelier musical avec AS



charmeraié

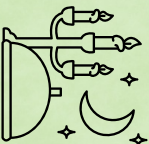
- 14h - Atelier relaxation en musique avec AS
- 14h30 - Atelier peinture avec AS
- 16h30 - Temps calme en musique avec AS



Côûter

Roulé choco/abricot

- Bouillon vermicelles
- Salade césar
- Compote



Dîner

SAMEDI 14



Déjeuner

- Gaspacho de tomates
- Poulet basquaise & gnocchis
- Eclair vanille



Théâtre

- 14h - Soins des mains et manucure avec AS



Jazz

15h - LES JEUX
OLYMPIQUES D'ÉTÉ AVEC
JOHANNA ET LUCILLE



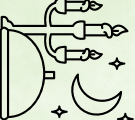
charmeraié



Côûter

Palmiers

- Soupe du soir
- Quiche Lorraine
- Crème dessert / fruits



Dîner

LUNDI 9



Déjeuner

- Avocat crevettes et pamplemousse
- Boulettes de d'agneau sauce yaourt, semoule et haricots plats
- Coupe abricots et ses pépites



Théâtre

- 11h - Maintien en forme avec Claire
- 14h - Soins des mains et manucure avec AS
- 14h30 - Et si nous chantions avec Laurence
- 15h30 - Sonothérapie
- 16h30 - Le mot de plus long avec Laurence



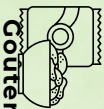
Jazz

- 14h - Atelier lecture avec AS
- 15h30 - Atelier musique avec AS



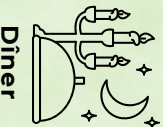
charmeraïe

- 14h30 - Sonothérapie
- 15h30 - Atelier art manuel avec AS



Goûter

Gâteaux secs



Dîner

- Potage de légumes
- Piperade et salade
- Fromage blanc

MARDI 10



Déjeuner

- Caviar d'aubergine
- Emincé de dinde à l'indienne brocolis vapeur & pâtes
- Entremet vanille coco



Théâtre

- 11h - Gym avec kiné
- 14h - Temps calme en musique et soins des mains avec AS
- 14h30 - Projection film grand écran
- 14h30 - Atelier couture avec Marina et Claire
- 15h30 - Méditation animale



Jazz

- 11h - Atelier mémoire avec Cassandra
- 14h30 - Atelier soins et bien-être avec AS
- 15h - Projection film



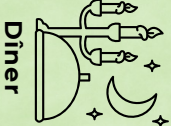
charmeraïe

- 14h30 - Méditation animale
- 16h - Jeux de société



Goûter

Brownie



Dîner

- Soupe
- Omelette aux lardons et aux courgettes
- Yaourt à la grecque

MERCREDI 11



Déjeuner

- Cabillaud, choux fleur rôti au curcuma et riz thai
- Panna cotta fruits rouges



Théâtre

- 11h - Maintien en forme avec Claire
- 14h - Atelier moteur avec Johanna
- 14h30 - Sortie sportive au centre aéré



Jazz

- 14h30 - Atelier relaxation avec AS
- 15h - Atelier musique avec AS



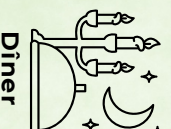
charmeraïe

- 11h - Atelier mémoire avec Cassandra
- 14h - Atelier origami avec AS
- 15h - Atelier reminiscence avec Johanna



Goûter

Madeleines



Dîner

- Soupe du potager
- Boulettes de soja sauce tomate & basilic et légumes couscous
- Mousse au chocolat / fruits

DIMANCHE 15



Déjeuner

- Assortiment de charcuteries
- Paella maison
- kiwi et ananas



Théâtre

14h - Temps calme en musique
14h30 - Grand loto sur les départements



Jazz

14h - Atelier soins et bien-être détente et relaxation avec AS
15h - Atelier musical avec AS

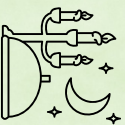


14h - Temps calme en musique
15h - Petit bac avec AS
15h30- Jeu des formes à créer



Goûter

Quatre Quart



Dîner

- Potage aux trois légumes
- Crêpes jambon fromage, salade
- Compote

PARLEZ-NOUS

DE VOUS

Quel activité vous plaît le plus à La Mélod'Hier ?
Racontez-nous ...

CITATION DE LA

SEMAINE

1. "Visez les étoiles et ne vous contentez pas de moins. Vous avez le potentiel de réaliser de grandes choses, alors n'ayez pas peur de rêver grand."

JEUX : mots mêlés

E	E	V	I	S	S	I	M	D	N	O	F	O	R	P
V	S	S	P	E	V	O	Y	A	G	E	S	U	A	P
N	I	S	B	E	R	E	V	E	R	T	U	E	U	X
O	O	R	A	C	J	I	N	F	I	C	O	N	R	D
I	N	D	G	O	G	O	U	P	A	N	H	I	U	T
S	E	E	U	U	R	U	D	B	A	N	A	N	E	
A	G	C	E	T	L	L	U	R	E	R	T	M	N	G
C	A	R	T	E	E	E	P	E	N	S	I	O	N	D
C	R	E	T	R	U	E	H	C	O	A	I	D	E	U
O	O	T	E	V	I	V	A	C	E	C	L	R	E	B

BAGUETTE	GENOISE	PAUSE
BANANE	GENOU	PENSION
BRIDE	HEURTER	PROFOND
BUDGET	JOURNAL	SAOUL
COEUR	MARCHAND	SEDUIRE
COSTAUD	MISSIVE	STIPULER
DECRET	NAVIGUER	VERTUEUX
DESIR	NOCIF	VIRGULE
DOMAINE	OCCASION	VIVACE
ECOUTER	ORAGE	VOYAGE

solution : à l'accueil